

# CAMPUS APNEA PROFUNDA EGIPTO (DAHAB)

18, 19, 20, 21 de Abril, 2026  
@DAHAB FREEDIVERS



**Aumenta tu profundidad,  
mejora tus habilidades y  
aprende nuevas técnicas con  
uno de los apneistas más  
profundos del mundo.**

El apneista profesional Miguel Lozano, tercero del mundo en la modalidad de inmersión libre con -122m, organiza un Campus de Entrenamiento de Apnea en Dahab, en el centro DAHAB FREEDIVERS.

El curso se basa especialmente en las modalidades de inmersión libre, peso constante y peso constante sin aletas, tanto en teoría como en práctica. Los temas destacados del curso serán: compensación profunda, mouthfill de presión constante y secuencial, buceo en exhalación pasiva, tiempos de inmersión prolongados, relajación y barreras mentales.

**No importa el nivel que tengas, el curso es tanto para principiantes como para competidores. Miguel trabaja rápidamente para cada estudiante.**

## INFO

Temperatura del agua sobre 23-25º

- Necesario traje de 3mm o 5mm.
- Si necesitas cualquier pieza de equipo, se incluye en el precio.
- Nos encontraremos el primer día a las 8:30h de la mañana en el centro Dahab Freedivers.

## INCLUYE:

- Transporte desde/hasta Aeropuerto Sharm el Sheikh/Dahab.
- 5 días de hotel (Red Sea Relax) habitación doble compartida con aire acondicionado y desayuno.
- Sesiones de entrenamiento en el blue hole (taxi incluido) basado en compensación en profundidad (mouthfill).
- Sesión de teoría diaria y estiramientos matutinos.

## PRECIO TODO INCLUIDO:

**640€\***

(Campus de Apnea, transporte Aeropuerto Sharm/Dahab/Sharm, taxis Blue Hole y 5 noches de alojamiento con desayuno en habitación doble compartida)

\*\*(La comida, los vuelos y la entrada al Blue Hole (40\$ aprox.) no están incluidos)

**740€ con habitación individual.**

## PRECIO SOLO CAMPUS:

**450€\***

(4 días entrenamiento)

\*\*(La comida, los vuelos y la entrada al Blue Hole (40\$ los 4 días) no están incluidos)

**miguel  
lozano**

**\_FIM -122m**

**\_CWT -105m**

**\_CNF -83m**

**\_STA 8'23"**

**Más información:**  
[miguel@miguelozano.com](mailto:miguel@miguelozano.com)  
[info@dahabfreedivers.com](mailto:info@dahabfreedivers.com)



## PROGRAMA

### Sábado 18

- **8:00** Presentación del curso
- **9:30** Taxi al Blue Hole
- **10:00** Blue Hole Estiramientos
- **11:00** Blue Hole sesión (Día de Adaptación FIM + CWT)
- **14:30** Comida
- **15:30** Taxi Dahab

### Domingo 19

- **8:30** Teoría Compensación Frenzel & Mouthfill Secuencial y Presión Constante + Buceo en Exhalación pasica FRC
- **10:00** Taxi Blue Hole
- **10:30** Blue Hole Estiramientos
- **11:30** Blue Hole sesión (Mouthfill Secuencial y Presión Constante ejercicios + Buceo en Exhalación FRC)
- **14:30** Comida
- **15:30** Taxi Dahab

### Lunes 20

- **8:30** Teoría tiempos prolongados en profundidad
- **10:00** Taxi Blue Hole
- **10:30** Blue Hole Estiramientos
- **11:00** Blue Hole sesión (Ejercicios tiempos prolongados en profundidad + Mouthfill Secuencial y Constante )
- **14:30** Comida
- **15:30** Taxi Dahab
- **17:30** Video Análisis

### Martes 21

- **8:30** Taxi Blue Hole
- **9:00** Blue Hole Estiramientos
- **10:00** Blue Hole sesión (No Limits + Máximas PB)
- **13:00** Comida
- **14:30** Taxi Dahab
- **16:00** Cena Desierto Beduina

**El programa puede cambiar dependiendo logística y condiciones meteorológicas**